



Shiatsu

Ošetření jednotlivých meridiánů

▪ Yinové dráha

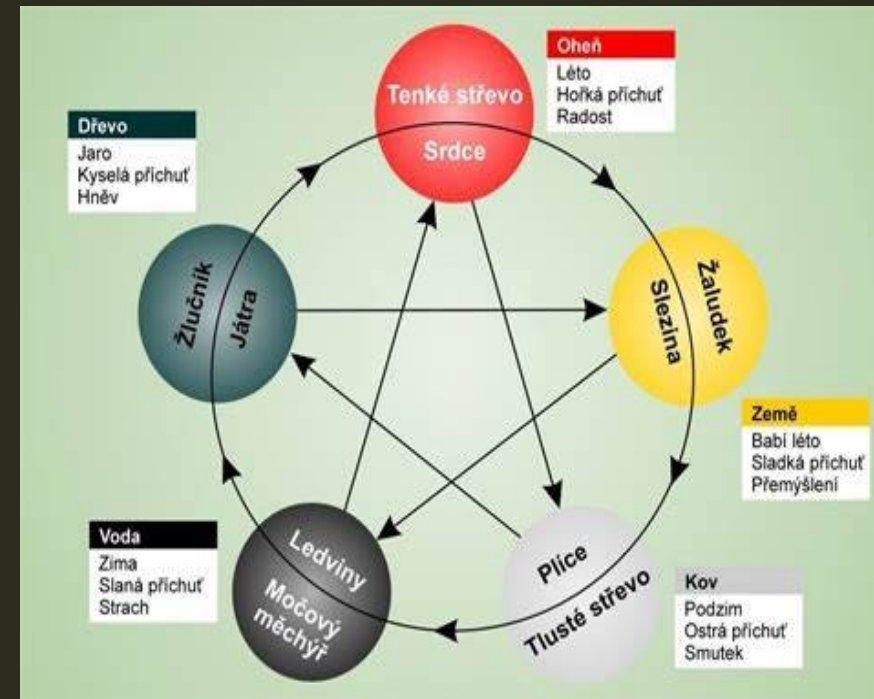
- Obecně je ošetřujeme zespodu nahoru, ale na horních končetinách od ramene k prstům (školy shiatsu se v tomto liší)
- Yinové orgány jsou tzv. „plné“, tedy plíce, srdce, játra, ledviny, slezina a slinivka břišní, osrdečník a patří sem „přední střední dráha“
- Zjednodušeně yinové orgány bývají ošetřovány při chronických potížích, neboť TČM považuje vleklé potíže za yinové, „hlouběji vstupující“

▪ Yangové dráhy

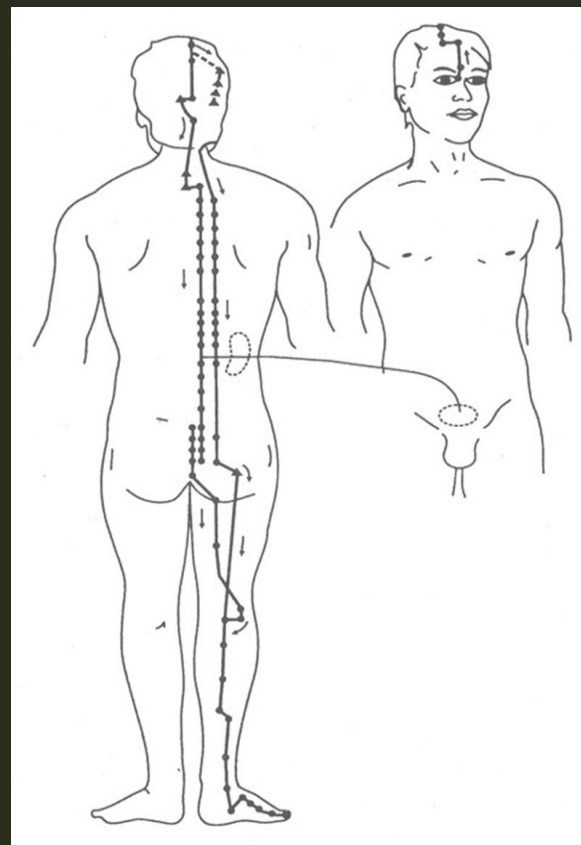
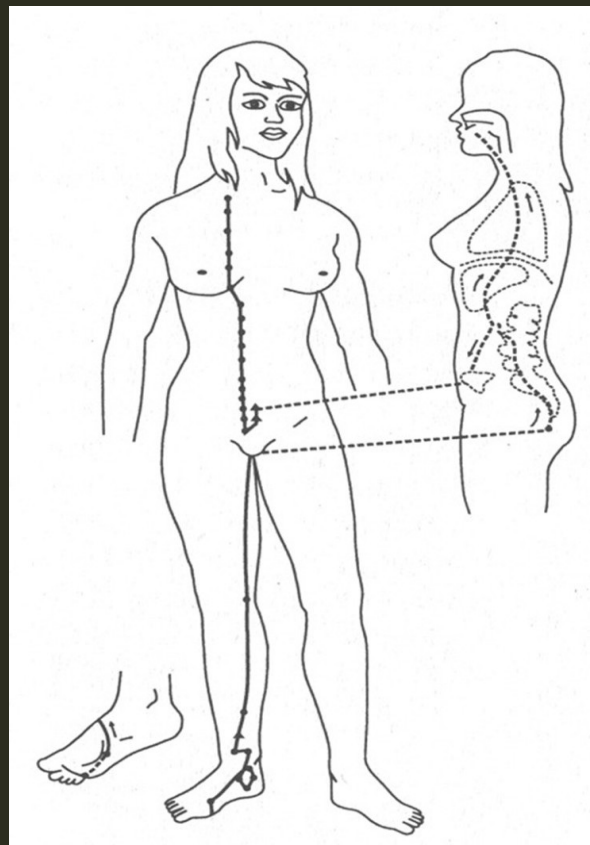
- Obecně je ošetřujeme shora dolů, ale na horních končetinách od prstů k ramenům
- Yangové orgány jsou „prázdné“ (obvykle vyústují ven), tedy žaludek, žlučník, tenké střevo, tlusté střevo, močový měchýř, trojitý ohřívač a patří sem „zadní střední dráha“
- Yangové orgány bývají ošetřovány častěji při akutních potížích.

Symbolika „pěti proměn energie“ nebo také „pět elementů“

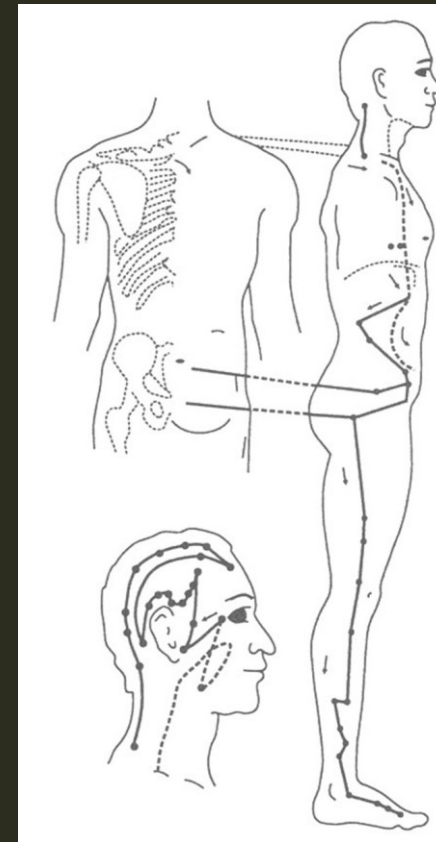
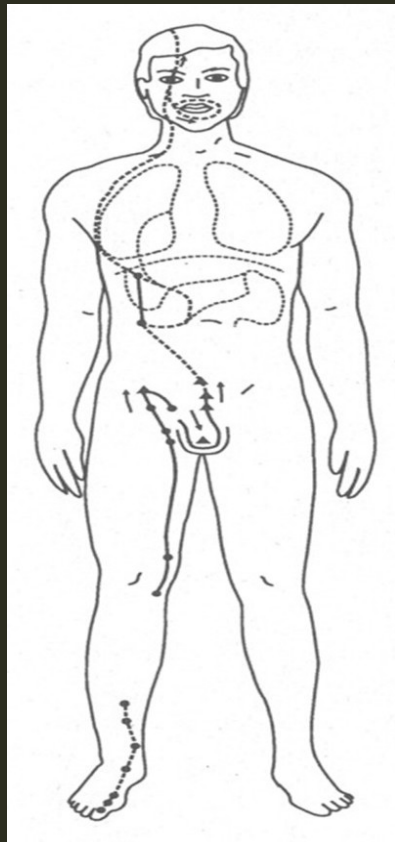
- V TČM jsou yinové a yangové orgány vzájemně spárované a propojené s ročními obdobími, chutěmi, pachy, ale i emocemi. TČM pracuje s člověkem holisticky a psychosomatika je tu vnímána z trochu jiné perspektivy.
- Tabulku pěti proměn energie lze výborně použít v diagnostice obtíží s pohybovým aparátem zapříčiněných vnitřními orgány.



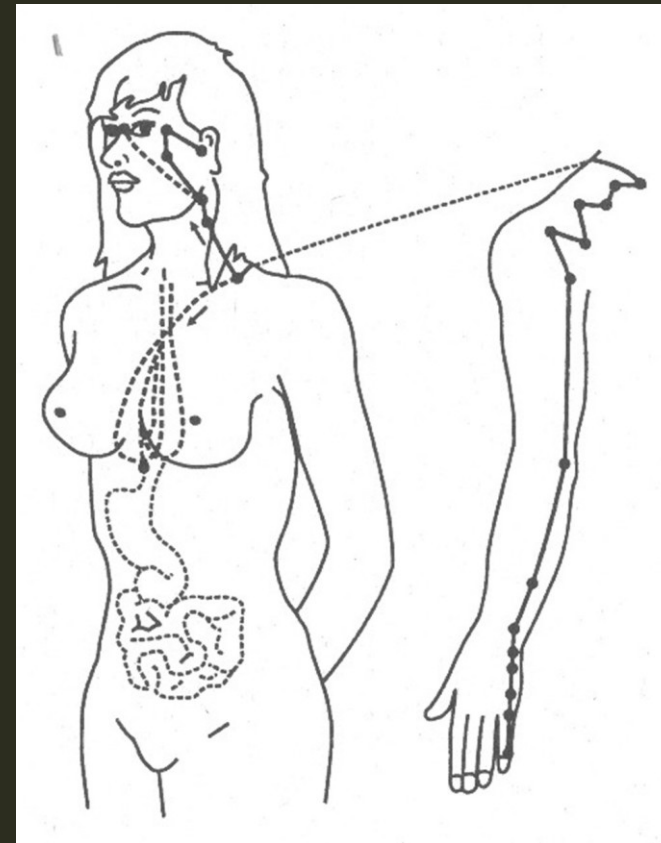
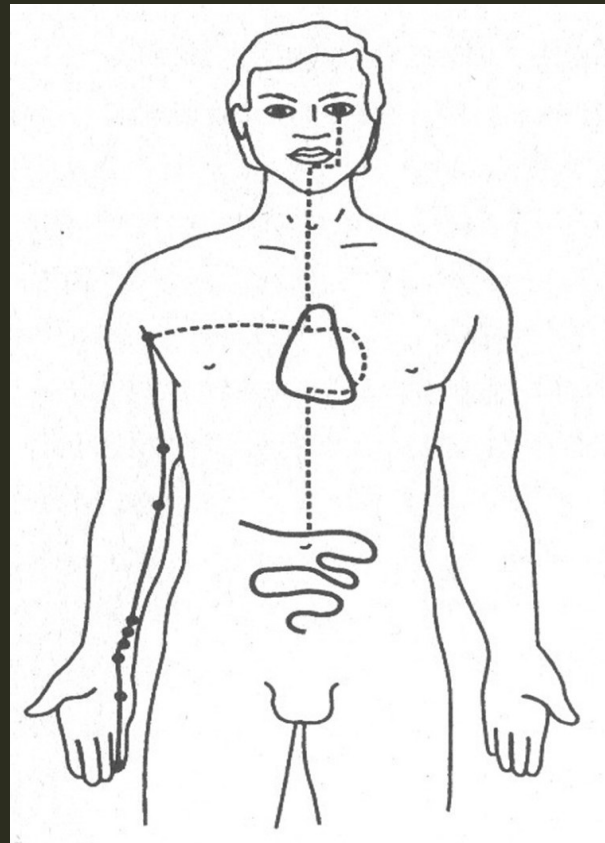
▼ Voda (zima)- yin dráha ledvin- yang dráha močového měchýře



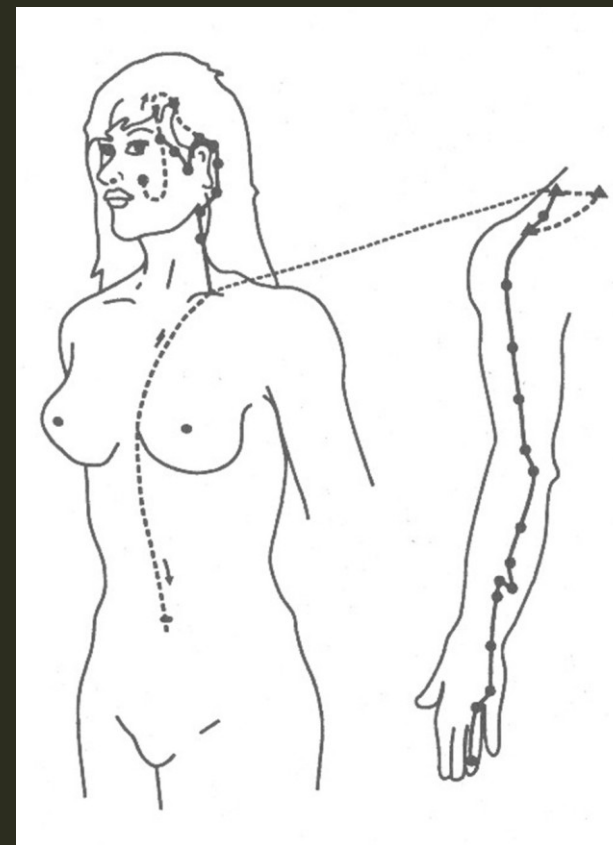
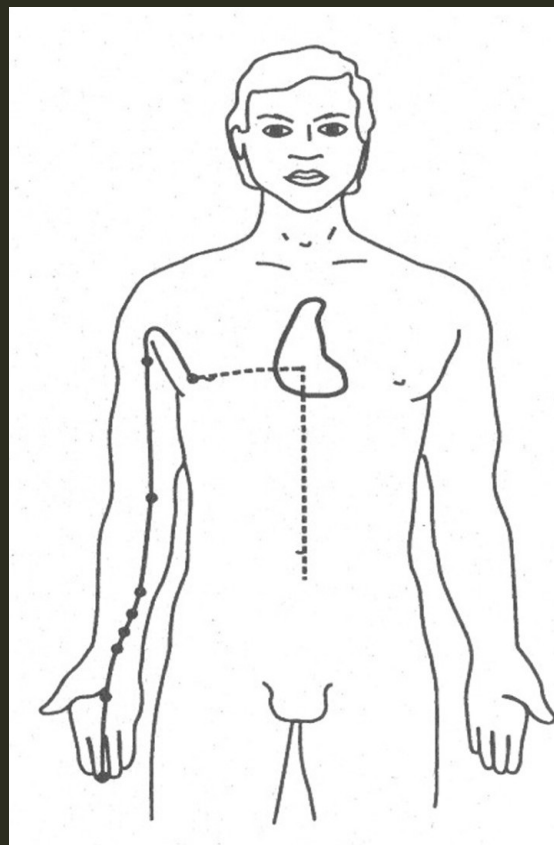
▼
Dřevo- yin dráha jater- yang dráha žlučníku



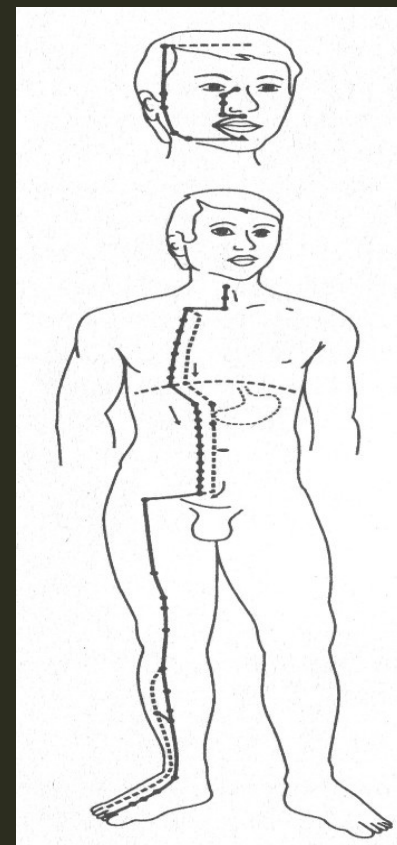
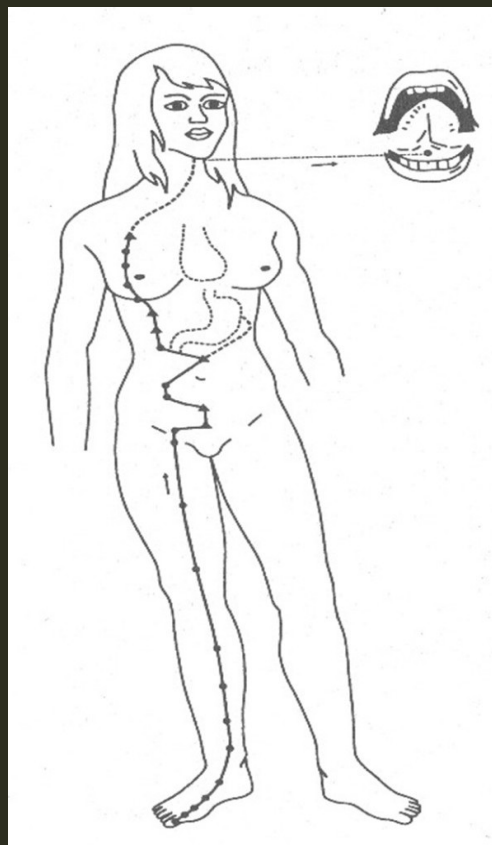
► Oheň (počátek léta)- yin dráha srdce- yang dráha tenkého střeva



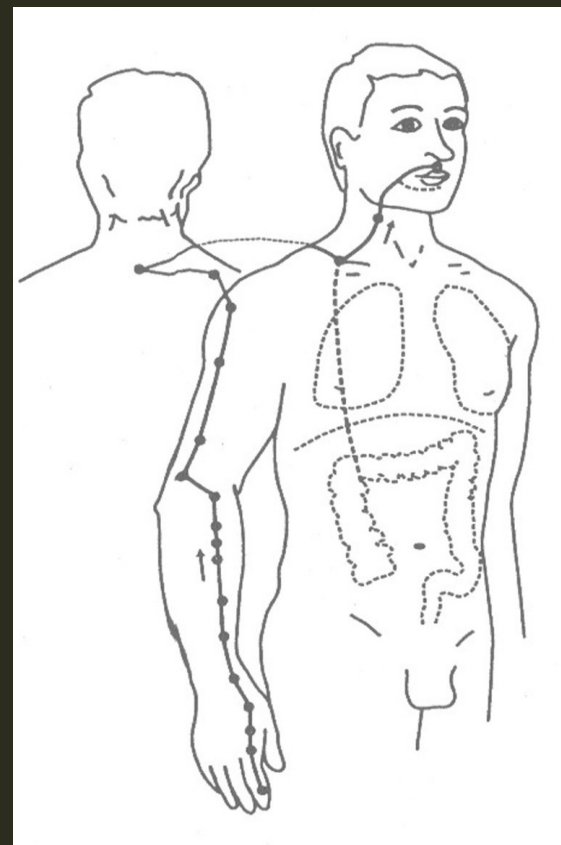
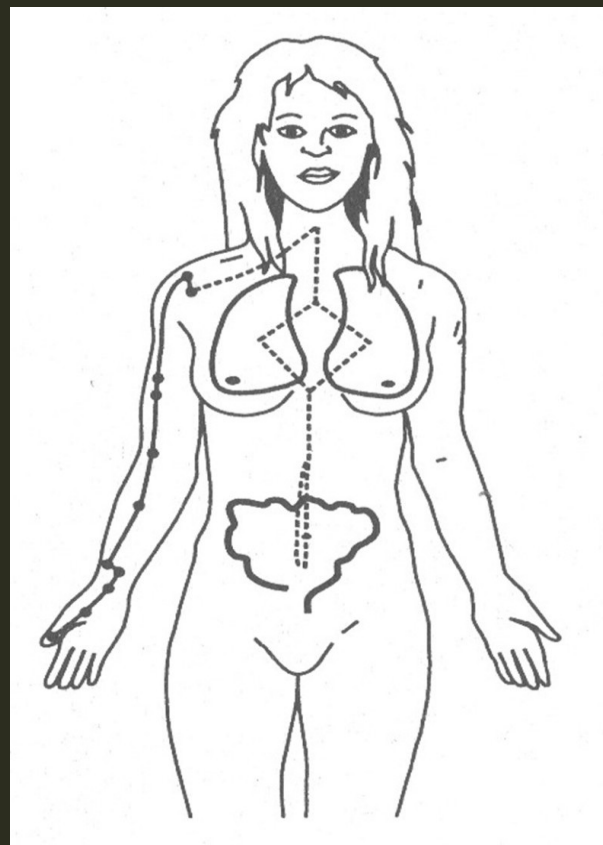
► Oheň (vrchol léta)- yin osrdečník- yang trojitý ohříváč



Země (babí léto)- yin dráha sleziny- yang dráha žaludku



▼ Kov (podzim)- yin dráha plic- yang dráha tlustého střeva



Yin přední střední dráha- yang střední zadní dráha

